

ARTETERAPIA Y TEATRO

GRUPO DE MUJERES

CON ALBA MUÑOZ, ARTETERAPEUTA GESTALT

+Info y reserva: hola@albamuñozruiz.com / Tlf. **603399326**

IG [@_esenciarte_](https://www.instagram.com/_esenciarte_)



Grupo de Mujeres es un grupo formado por mujeres de diferentes edades, profesiones , intereses y gustos... unidas por una misma cosa: **SER MUJER.**

Somos mujeres que buscamos **soltar aquello que nos limita**, nuestros miedos e inseguridades para ir hacia una vida más plena y poder tomar decisiones más creativas. Nos encontramos con nosotras mismas y con las demás, para crear y evolucionar juntas. Conectamos con nuestra espontaneidad y nuestro lado más genuino. Creamos un espacio para permitimos **SER.**

Ponemos la mirada en el uso de **expresiones artísticas** que propician procesos de exploración individual y creación colectiva. Nos apoyamos en la **ArteTerapia** y en el **Teatro como método de trabajo**. No pretendemos pintar bien o saber bailar ni convertirnos en actrices profesionales, no se trata de eso, sino de expresarnos.

Se trabajarán distintos contenidos que se irán desplegando en función de las necesidades, inquietudes y deseos del propio grupo. El círculo se crea con la energía, la experiencia y el compromiso de todas las mujeres que lo conforman.

ÚNETE para descubrir(TE)nos.

Abro esta convocatoria para aumentar el grupo y así, ¡comenzar con fuerza!

El círculo somos todas.

Aquí:

- # ofrecemos vivencias y no consejos
- # un espacio seguro, sin juicio, de iguales.
- # damos lugar al silencio, al juego y a la creatividad.
- # nuestro cuerpo y sus sensaciones están siempre presentes
- # abrazamos nuestras luces y diablillos
- # reímos, lloramos, danzamos, compartimos y creamos.
- # Generaremos historias, les daremos movimiento, color y voz.
- # No se requiere experiencia previa

Puedes llamarme o escribirme: (+34) 603399326

hola@albamuñozruiz.com

www.albamuñozruiz.com

Alba Muñoz, Actriz y ArteTerapeuta Gestalt